



ETIQUETAS NUTRICIONALES PARA UN CONSUMO DE ALCOHOL INFORMADO

Recomendaciones sobre el etiquetado de las bebidas alcohólicas

RESUMEN EJECUTIVO

El **consumo de alcohol** es un **problema de salud pública** que se relaciona con más de 60 enfermedades agudas y crónicas y es responsable de 3 millones de muertes anuales en todo el mundo. En Europa, una parte considerable de la mortalidad por problemas cardiovasculares y cáncer se atribuyen al consumo de alcohol. Además, el consumo de este tipo de bebidas genera graves problemas sociales y económicos.

El **etiquetado nutricional** puede influir en las decisiones de compra y consumo, promoviendo la **selección de opciones más saludables**. A pesar de que disponer de información nutricional es un derecho fundamental del consumidor y podría promover una toma de decisiones más informada en torno al consumo de alcohol, **en Europa no existe una regulación que obligue a incluir información nutricional en las bebidas alcohólicas**. En la Unión Europea, el etiquetado nutricional de este tipo de productos depende de compromisos de autorregulación voluntaria adquiridos por la industria del alcohol.

Este documento presenta los **resultados de una investigación** realizada por el Grupo de Trabajo de Alcohol de la Sociedad Española de Epidemiología, cuyos objetivos son **describir el etiquetado nutricional de las bebidas alcohólicas en España** y **evaluar la comprensión de las etiquetas disponibles** en esta región por parte de personas de la población general. Asimismo, emite una serie de **recomendaciones** para mejorar el etiquetado de las bebidas alcohólicas, basadas en los resultados de dicha investigación.

CONTACTO

GRUPO DE TRABAJO DE
ALCOHOL DE LA SEE



www.seepidemiologia.es



Dirección:

C/ Marina 27, bajos
08005 Barcelona



see@geyseco.es



93 221 22 42



[@seepidemiologia](https://www.facebook.com/seepidemiologia)



[@seepidemiologia](https://twitter.com/seepidemiologia)



<https://www.youtube.com/c/seepisemiologia>

INTRODUCCIÓN

La evidencia científica demuestra que **el consumo de alcohol**, incluso en cantidades bajas, tiene un importante impacto negativo en la salud de las personas, **asociándose con más de 60 enfermedades** agudas y crónicas y causando **3 millones de muertes anuales** en todo el mundo. En Europa, el 3% de las muertes que se producen por problemas cardiovasculares se atribuyen al consumo de alcohol, de igual forma que el 6% de las producidas por cáncer. [1]. Además, el consumo de alcohol también **puede generar graves problemas sociales y económicos** [2,3]. A pesar de estos efectos negativos para las personas, el consumo de bebidas alcohólicas sigue siendo socialmente aceptado, con un consumo anual de 10 litros por persona en Europa y de 9 litros en España [1].

El **etiquetado nutricional puede influir significativamente en las decisiones de compra y consumo**, promoviendo la selección de productos más saludables. Existe evidencia de que el etiquetado claro y comprensible de los alimentos contribuye a reducir la ingesta de calorías, grasas y azúcares [4]. Basándose en estas evidencias, en las últimas décadas se han implementado

en Europa políticas y regulaciones para el etiquetado obligatorio de todos los productos alimentarios facilitando su información nutricional. Sin embargo, esta legislación exime de hacerlo a las bebidas con más de 1,2% de alcohol. Por lo tanto, **en Europa no existe una regulación que obligue a incluir información nutricional en las bebidas alcohólicas**, pese a que, según un estudio realizado por la Comisión Europea, los consumidores tienen un conocimiento limitado sobre la información nutricional de las bebidas alcohólicas y, al mismo tiempo, un claro interés en obtenerla. Basándose en dicho estudio, la UE invitó a la industria del alcohol a desarrollar una propuesta de autorregulación voluntaria para el etiquetado nutricional de sus productos. A raíz de dicha propuesta, la industria asumió el compromiso de facilitar información nutricional de sus bebidas.

Facilitar esta información, permitiría a los consumidores de alcohol tomar decisiones más informadas, como ocurre con las iniciativas de etiquetado nutricional de los alimentos. Además, el acceso a esta información es un derecho fundamental del consumidor.

¿QUÉ SABEMOS SOBRE EL ETIQUETADO NUTRICIONAL DE LAS BEBIDAS ALCOHÓLICAS?

El consumo de alcohol es un grave problema de salud pública y, a pesar de ello, en la UE no existe una regulación específica sobre el etiquetado nutricional de las bebidas alcohólicas. Por estos motivos, el

Grupo de Trabajo de Alcohol de Epidemiología (SEE) decidió realizar un estudio cuantitativo con el objetivo de describir la situación del etiquetado nutricional de las bebidas alcohólicas en España.

Los resultados mostraron que, en el Estado español, **solamente 1 de cada 5 bebidas alcohólicas incluyen información nutricional**, pese al compromiso adquirido por la industria del alcohol de etiquetar sus productos. Además, únicamente el 2% de las etiquetas presentan información nutricional completa y muchas aportan información mediante el acceso a una página web a través de códigos QR (13%). Asimismo, **se identificaron prácticas que pueden complicar la comprensión de las etiquetas**, como el uso de tamaños excesivamente pequeños o la redacción de la información en el idioma del lugar de producción del producto, en lugar de en castellano. Para profundizar en el posible impacto de dichas prácticas, se llevó a cabo un segundo estudio cualitativo, con el objetivo de evaluar la comprensión del etiquetado nutricional por parte de la población general y conocer sus opiniones al respecto. En esta segunda investigación, se realizaron entrevistas grupales en las que se tomaron como referencia una variedad de etiquetas nutricionales disponibles en España en el momento de realización de la misma.

Los resultados del estudio cualitativo mostraron que las etiquetas nutricionales de los alimentos son ampliamente conocidas y valoradas como una fuente de información fiable. Sin embargo, la mayoría de las personas no asocian el alcohol con la necesidad de consultar información nutricional, debido a su percepción de que su ingesta no tiene ningún impacto nutricional. A pesar de ello, un hallazgo fundamental es el consenso mostrado por personas de la población general sobre la necesidad de que la **información nutricional esté siempre disponible en todas las bebidas alcohólicas** y una **actitud receptiva hacia la ampliación de información nutricional** en este tipo de bebidas. Los consumidores apoyaban de forma generalizada prácticas como la **regulación y estandarización** del etiquetado nutricional y la inclusión de **mensajes sobre los impactos en la salud** del consumo de alcohol (por ejemplo, "BEBER MATA").

En cuanto a las **etiquetas nutricionales de las bebidas alcohólicas disponibles en España**, se

identificaron **múltiples barreras para su comprensión**. Las personas demostraron comprender correctamente la información nutricional en sí misma, pero la interpretación de etiquetas en formatos simplificados resultó poco intuitiva, prefiriendo la mayoría el formato clásico de etiqueta (tabla nutricional y lista de ingredientes). Aunque los datos presentados en las etiquetas se comprenden correctamente, se identificaron algunas barreras adicionales para la comprensión completa, como la falta de información de referencia para interpretar los valores nutricionales del producto, la ausencia de una presentación estandarizada y el uso de tecnicismos.

El diseño de las etiquetas juega un papel crucial.

La presentación de la información sobre materiales transparentes refleja la luz, disminuyendo la legibilidad de las etiquetas, al igual que el uso de colores de poco contrastantes para el fondo y el texto y la utilización de tipografías con tamaño de fuente demasiado pequeño o con poco espaciado entre caracteres. Sin embargo, el uso de recursos gráficos en las etiquetas nutricionales de bebidas alcohólicas, hace la información más visual e intuitiva.

La presentación de la información nutricional también es fundamental.

Las tablas son valoradas positivamente porque desglosan y ordenan la información, facilitando su comprensión. En cambio, las listas de texto son menos efectivas, ya que pueden resultar abrumadoras y difíciles de leer. El uso de recursos digitales para la presentación de la información (códigos QR y enlaces a páginas web) es visto como una barrera porque podría afectar a la accesibilidad a la información nutricional de las personas con menores competencias digitales o de las que no hagan uso de un dispositivo móvil en el momento de la compra. La ubicación de la información en el envase también es relevante, siendo la parte trasera de la botella la ubicación preferida por las participantes.

RECOMENDACIONES

Basándose en el conocimiento generado por las investigaciones realizadas, y en otros documentos que apoyan estas evidencias [4, 5], el Grupo de Trabajo sobre Alcohol de la SEE recomienda:

1 **Etiquetar todas las bebidas alcohólicas con información nutricional** presentada en formato clásico (tabla nutricional y lista de ingredientes) e incluyendo valores de referencia.

2 **Estandarizar las etiquetas nutricionales de las bebidas alcohólicas**, de modo que todos los productos ofrezcan la misma información, en el mismo formato, con las mismas unidades de medida y siguiendo un orden lógico común.

3 **Simplificar la información en las etiquetas nutricionales** sin comprometer su presentación de forma íntegra. Se recomienda usar eslóganes, recursos gráficos y evitar tecnicismos.

4 **Garantizar la legibilidad y accesibilidad de las etiquetas de las bebidas alcohólicas**. Se recomienda emplear tamaños de fuente adecuados, utilizar colores contrastantes para el fondo y el texto y asegurar que las etiquetas estén impresas en materiales no reflectantes. Con el mismo propósito, evitar presentar información en páginas web a través de enlaces o códigos QR.

5 **Regular el etiquetado de las bebidas alcohólicas**, abordando la información a incluir, sus formatos de presentación y estableciendo medidas de control de las estrategias de marketing empleadas por la industria del alcohol.

6 **Desarrollar e implementar estrategias integrales para reducir el consumo de alcohol a nivel poblacional**, que comprendan acciones complementarias como el etiquetado nutricional de las bebidas alcohólicas y la inclusión de mensajes de impacto en salud, la educación de la población general sobre nutrición e información nutricional o el diseño de campañas de sensibilización.

CONCLUSIONES

La industria del alcohol no ha cumplido en España con su compromiso de incluir información nutricional en las etiquetas de sus productos. En este territorio, **solamente 1 de cada 5 bebidas alcohólicas presenta información nutricional, que resulta difícil de comprender para los consumidores** debido a barreras relacionadas con el diseño de las etiquetas, la propia información y la accesibilidad a la misma. El Grupo de Trabajo de Alcohol de la Sociedad Española de Epidemiología recomienda **promover una correcta comprensión, legibilidad y accesibilidad** de la información nutricional de las etiquetas de las bebidas alcohólicas y **regular el etiquetado de estos productos**, haciendo obligatoria la inclusión en todos ellos de información nutricional completa en formato clásico.

BIBLIOGRAFÍA

1. Global status report on alcohol and health. World Health Organization; 2018. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565639>
2. Klingemann H. Alcohol and its social consequences – the forgotten dimension. World Health Organization; 2001. Disponible en: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/108554/WHO-EURO-2001-3851-43610-61278-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
3. Thavorncharoensap M, Teerawattananon Y, Yothasamut J, Lertpitakpong C, Chaikledkaew U. The economic impact of alcohol consumption: a systematic review. *Subst Abuse Treat Prev Policy*. 2009;4:20.
4. Robinson E, Humphreys G, Jones A. Alcohol, calories, and obesity: A rapid systematic review and meta-analysis of consumer knowledge, support, and behavioral effects of energy labeling on alcoholic drinks. *Obes Rev*. 2021 Jun;22(6):e13198.
5. Report from the commission to the European Parliament and the Council regarding the mandatory labelling of the list of ingredients and the nutrition declaration of alcoholic beverages. European Commission; 2017. https://food.ec.europa.eu/document/download/b4dcc4f8-215c-4a7f-ac6c-de5cab8fbf2e_en?filename=fs_labelling-nutrition_legis_alcohol-report_en.pdf